

剣道における足裏裂傷の影響

- * 打突時における激しい疼痛
- * フォームへの影響
- * 腰痛や関節障害などの二次的な傷害の誘因
- * 感染症に罹患（リンパ節腫脹など）

齋藤、他（身体運動文化学会2010）

剣道における足底部裂傷の事例

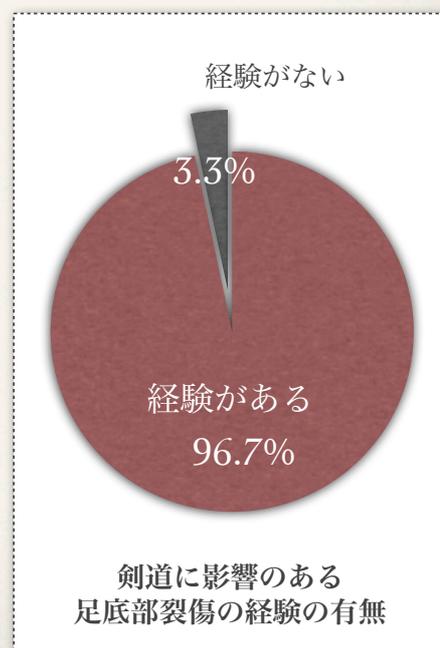


<左母指丘、第1指第1関節、第3中足骨骨頭付近、右踵部の裂傷> の事例

剣道における足裏裂傷の実態

●素足で行う武道やスポーツ（体操競技、ダンスなど）では、その多くの実践者に足底部裂傷、すなわち足裏傷害の経験があり、特に剣道の傷害経験者は多いことがわかっています。剣道ではその痛みを避けるために足底の重心点を移動させるため、異常な体勢で運動することになります。

その結果腰痛や膝などの関節痛、アキレス腱障害など二次的な傷害を引き起こす可能性が高くなります。また、リンパ節腫脹などの感染症にかかることも報告されています。足裏傷害そのものは軽度な傷害ですが、素足の競技においては十分な対策が必要と考えられます。「**剣足™**」は足裏傷害を未然に防ぐことを目的に開発されました。



齋藤 実、他（身体運動文化学会2010）

剣道における足裏裂傷対策の現状

●現在、剣道における足裏部裂傷の対策は、『A：伸縮テープを加熱し貼付』、『B：コットンテープの巻き付け』が行われています。これらには以下のような問題点があげられています。

A：伸縮テープを加熱して貼付

- *加熱に使用するライターによる**火傷の危険性**
- *粘着剤に含まれる**残留トルエンが加熱によって漏出**する可能性（体への害）

B：コットンテープの巻き付け

- *見栄えを損なう
- *足部の**関節の自由度が失われる**（傷害の発生要因）
- *足底部と床との摩擦の影響が大きい



A：伸縮テープを加熱して貼付



B：コットンテープの巻き付け